Le Yassa

Du chapitre parisien des Mbaye (V.1)



Ingrédients

(Version « non académique », pour 12 personnes)

2 poulets
(Adapter la taille aux convives)



1 kg d'oignons



5/6 gousses d'ail



6 citrons verts



3 tomates



6 bouillons Kub Or
(Ils sont conditionnés par 2)



1 bon verre de vinaigre de vin



2 pots d'olives vertes
(Avec les noyaux)



3 morceaux de sucre



1,5 kg de riz
(Adapter en fonction des convives)



De la moutarde



De l'huile d'olive



Préparation

Ustensiles principaux : deux grands récipients (ie : saladiers) et une grande marmite

- Couper le poulet en morceaux et les enduire avec la moutarde dans l'un des récipients. Ecraser 3 Kub Or sur la préparation et ajouter le jus des citrons. Poivrer et mélanger.

- Emincer les oignons en les plaçant dans le deuxième récipient.

  

  Mélanger avec 3/4 cuillères à soupe de moutarde, écraser 3 Kub Or sur la préparation et ajouter le verre de vinaigre. Poivrer et mélanger.

- Hacher l'ail, couper les tomates en quatre et les réserver.

- Mettre la marmite avec l'huile d'olive sur feu vif et faire sauter les morceaux de poulet jusqu'à qu'ils soient **bien dorés**. Garder le jus des citrons restant dans le récipient. Réserver les pièces de poulets dorées.

- Mettre ensuite les oignons dans la marmite, en les essorant préalablement à la main du jus de la marinade, au-dessus du récipient. Les faire revenir jusqu'à ce qu'ils soient fondants. Feu vif au début, puis, quand ils ont rendu leur eau, moins fort. **C'est le plus long et le plus important**. Il faut rester à côté de la marmite et remuer régulièrement, afin qu'ils ne brûlent pas, tout en finissants **parfaitement dorés et fondants** (translucides). Là aussi, garder ce qui reste de la marinade et y ajouter le jus de citron des morceaux de poulet, en rinçant le récipient avec un peu d'eau pour tout récupérer.

- Quand les oignons sont prêts, ajouter les morceaux de poulet dans la marmite, l'ail haché, les morceaux de tomates, les olives, le jus des récipients. Puis ajouter de l'eau, **mais tout juste** pour arriver au niveau des morceaux de poulet, sans totalement les recouvrir.

- Réduire à feu doux et laisser mijoter découvert, en ajoutant les morceaux de sucre (dont la fonction est d'arrondir l'acidité). Compter une bonne heure de mijotage, voire une heure et demie. Remuer avec une spatule de temps en temps.

- Passé 20/30 mn gouter pour rectifier l'assaisonnement en sel et en poivre, selon son goût. Si jamais la sauce a trop réduit, rajouter un peu d'eau, mais pas trop (en général, ce n'est pas nécessaire). C'est aussi le moment de lancer le riz.

Bon appétit !

Pierre Amadou-Amath

Origine

Le Yassa est un plat originaire de la région méridionale du Sénégal, la Casamance.



Disposant d'un réseau hydrographique assez dense, grâce notamment au fleuve Casamance, la région, très verte, offre, entre autres produits agricoles, du riz, des citrons et des oignons en abondance. Les femmes casamançaises ont donc utilisé depuis très longtemps le citron afin d'empêcher, compte tenu du climat chaud, la dégradation des volailles, viandes ou poissons grâce à des marinades réalisées avec le jus de cet agrume. Tout comme d'autres femmes utiliserons du vin, pour la même raison, sous d'autres latitudes. Le goût de l'oignon et des produits de la marinade sautés à la braise et accompagnés de riz feront de ce plat un succès. Chaque famille conservant jalousement certaines parties de leur recette, comme il se doit.

Le Yassa « académique » est donc un plat simple par sa composition. La marinade se prépare si possible la veille, on peut, comme en Casamance, la réaliser à partir de poulet, de viande de porc ou d'agneau. Initialement cette recette ne comporte naturellement ni moutarde, bouillons ou olives vertes. La cuisson à la braise se fait avec très peu d'huile - comme toute la gastronomie casamançaise. La sauce est très gouteuse mais il y en a peu.

Il n'existe qu'une seule manière de faire l'expérience du Yassa « académique » : venir visiter la plus belle région du Sénégal, la Casamance.

